CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · DEPRESSIVOS

Transtorno disruptivo da desregulação do humor

Diagnóstico infantil (de 6 a 18 anos) com birras intensas e frequentes, desproporcionais, e um humor irritável quase todos os dias.

SINAIS FREQUENTES

- Explosões de raiva várias vezes por semana
- Irritabilidade constante entre as explosões
- Problemas em casa e na escola

ORIENTAÇÕES PARA VOCÊ

1. Consulte um psicólogo infantil
2. Orientações para a família: calma, limites claros e antecipação
3. Ensine a criança a reconhecer e nomear a raiva

PARA A FAMÍLIA E AS PESSOAS PRÓXIMAS

1. Mantenha a calma e espere a onda baixar para conversar
2. Antecipe as mudanças e as situações difíceis

QUANDO PEDIR AJUDA

1. Se machucar a si mesmo/a ou outras pessoas
2. Se falar em morrer ou desaparecer: 024

PARA OBSERVAR E ANOTAR

☐ Tem birras muito intensas e desproporcionais

☐ As explosões acontecem várias vezes por semana

☐ Entre uma explosão e outra fica irritado/a ou bravo/a

☐ As birras são mais intensas que as de outras crianças da mesma idade

☐ Acontecem em casa, na escola ou com os amigos

☐ Tem dificuldade de se acalmar quando fica bravo/a

☐ Bate, quebra coisas ou grita muito

☐ A convivência ficou muito difícil

RECURSOS GRATUITOS

- Teste online e orientações: clinicavivaldi.com/pt/trastorno/trastorno-de-desregulacion-disruptiva-del-estado-de-animo
- Guia gratuito: Infância e juventude: clinicavivaldi.com/pt/guia-infancia-juventud
- Livros ilustrados sobre emoções para crianças: clinicavivaldi.com/guias#libros
- Na Espanha: linha 024 (conduta suicida, 24 h) · Emergências 112

Informação de divulgação, não diagnóstica. Clínica Vivaldi · Calle Chiva 25, porta 5, 46018 Valência, Espanha · +34 611 07 74 69 · clinicavivaldi.com